राष्ट्रिय मानव अधिकार आयोग, कोशी प्रदेश कार्यालय, विराटनगर
७७औं अन्तर्राष्ट्रिय मानव अधिकार दिवसको अवसरमा
Human Rights Run 2025

"मानव अधिकार, हामी सबैको अपरिहार्य आधार"

१. परिचय

मानव अधिकारको विश्वव्यापी घोषणापत्र (UDHR), १९४८ जारी भएको अवसरमा प्रत्येक वर्ष डिसेम्बर १० मा विश्वभर अन्तर्राष्ट्रिय मानव अधिकार दिवस मनाइने गरिन्छ। यसै सन्दर्भमा राष्ट्रिय मानव अधिकार आयोग तथा आयोगको प्रदेश र प्रदेश शाखा कार्यालयहरूले पनि हरेक वर्ष मानव अधिकार दिवसको कार्यक्रम आयोजना गर्ने गरेको छ।

यसै सन्दर्भमा यस वर्ष "मानव अधिकार, हामी सबैको अपरिहार्य आधार" भन्ने नाराका साथ ७७औं अन्तर्राष्ट्रिय मानव अधिकार दिवसको अवसरमा आयोगको कोशी प्रदेश कार्यालय, विराटनगरले २०८२ मंसिर २४ गते बुधवार Human Rights Run 2025 को आयोजना गर्ने भएको छ। यस वर्षको दिवसलाई सफल र समावेशी बनाउन यस Human Rights Run 2025, एक प्रतीकात्मक र सहभागितामूलक कार्यक्रम हुनेछ जसले सरकारी निकायका कर्मचारी, सुरक्षा निकायका कर्मचारी, मानव अधिकारकर्मी, युवा, संचारकर्मी, व्यवसायीक धावक, श्रमिक, विद्यार्थी, तथा आम नेपाली नागरिकलाई सामाजिक मर्यादा र न्यायको लागि दौडन एक साथ ल्याउनेछ। यसले राष्ट्रिय मानव अधिकार आयोगको मुल नारा "सबैका लागि मर्यादा, समानता र स्वतन्त्रताको लागि हामी सबैको साझा प्रतिबद्धता"लाई समेत पुनः पुष्टि गर्नेछ।

कार्यक्रमको शीर्षकः Human Rights Run 2025
अवसरः ७७औं अन्तर्राष्ट्रिय मानव अधिकार दिवस (डिसेम्बर १०)
आयोजकः राष्ट्रिय मानव अधिकार आयोग, कोशी प्रदेश कार्यालय, विराटनगर
स्थानः विराटनगर, कोशी प्रदेश
मिति/समयः २०८२ मंसिर २४ गते बुधवार, बिहान ६:३० बजेदेखि

२. कार्यक्रमको अवधारणा

Human Rights Run 2025 मानव अधिकारको प्रवर्द्धन गर्न परिकल्पना गरिएको एउटा रमाइलो दौड (Fun Run) हो। दौडको दौडान लिएका प्रत्येक पाइलाले समानता र न्याय प्राप्त गर्ने दिशामा प्रगतिको प्रतिनिधित्व गर्नेछ र यस दौडमा निम्न थप अवधारणा अवलम्वन् गरिएको छः

- यस दौड प्रतियोगितामा सहभागी हुन कुनै शुल्क नलाग्ने,
- यो एक दौड प्रतियोगिता मात्र नभएर मानव अधिकार दिवसलाई सहभागितामुलक उत्सवको रुपमा मनाउने उद्देश्य रहेको रमाइलो दौड (Fun Run) रहने।

३. उद्देश्यहरू

क. Human Rights Run 2025 लाई एउटा रमाइलो दौड (Fun Run) को रूपमा आयोजना गरी अन्तर्राष्ट्रिय मानव अधिकार दिवस (१० डिसेम्बर) लाई उत्सवको रुपमा मनाउने,

ख. मानव अधिकार र मानव अधिकारको विश्वव्यापी घोषणापत्र (UDHR) सम्बन्धी जनचेतना जगाउने,
ग. खेलकुद र सामाजिक संलग्नता मार्फत युवा र मानव समुदायलाई मानव अधिकारको वकालतमा जागरूक बनाउने,
घ. सबै नागरिकहरूबीच विविधता, समावेशीकरण र एकताको सन्देश दिने र सबैको सहभागिता कायम गर्ने,
ङ. सकारात्मक, सहभागितामूलक सार्वजनिक कार्यक्रम मार्फत शान्ति, न्याय र समानताको सन्देश प्रवर्द्धन गर्ने।

४. प्रस्तावित गतिविधिहरू

क. दुरीः ५ किलोमिटर रहने।

ख. 5K दौड कार्यक्रमः सबै सहभागीहरू, मानव अधिकारकर्मी, नागरिक समाजका प्रतिनिधी र सञ्चारकर्मीहरू, व्यवसायिक धावकहरू, सरकारी कर्मचारीहरू, सुरक्षा निकायका कर्मचारीहरू, विद्यार्थी, शिक्षक, व्यवसायी, श्रमिकहरू तथा आम नेपाली नागरिकको लागि खुल्ला हुने।

ग. मानव अधिकार सम्बन्धी प्रदर्शनी बुथहरूः आयोग र नागरिक समाजद्वारा कार्यक्रमको सुरूबिन्दु र अन्तिमबिन्दु।

घ. विद्यार्थीको सहभागीताः बिभिन्न विद्यालयका विद्यार्थीबाट प्रतियोगिताको सुरूबिन्दु र अन्तिमबिन्दुमा ताली, cheer-up, मानव अधिकार सम्बन्धी नारा लगाउने तथा प्ले कार्ड प्रदर्शन गरेर समर्थन गर्ने।

ङ. पुरस्कार तथा सम्मानः

- दौड प्रतियोगितामा सहभागी भई प्रथम, द्वितीय र तृतीय स्थान हासिल गर्नेलाई मेडल, ट्रफी र प्रमाणपत्र प्रदान गरिने,
- समाजका केही विशेष समुहका प्रतिनिधिबाट प्रतियोगितामा भाग लिइ सुरूबिन्दुदेखि अन्तिमबिन्दु सम्मको दौड पार गर्नेलाई सम्मान स्वरूप मायाको चिनो प्रदान गरिने,
- सहभागी सबैलाई टि-सर्ट र सहभागिताको प्रमाण पत्र प्रदान गरिने,
- सहकार्य तथा कार्यक्रम सफल बनाउन सहयोग गर्नेलाई कदर-पत्र प्रदान गरिने ।

च. कार्यक्रम समापन पश्चात सरसफाई कार्यक्रम रहने।

५. Human Rights Run 2025 किन?

मानव अधिकार दिवस (१० डिसेम्बर) केवल ऐतिहासिक अवसर मात्र होइन, विश्वलाई समानता, मर्यादा र स्वतन्त्रताको साझा मूल्यहरू पुनः स्मरण गराउने महत्वपूर्ण अवसर पनि हो। विशेषतः नेपालजस्तो विविधतायुक्त समाजमा मानव अधिकारको प्रवर्द्धनलाई व्यवहार र अभियानसँग जोड्नु आजको आवश्यकता बनेको छ। Human Rights Run 2025 यही आवश्यकता पूरा गर्ने समावेशी, सन्देशमूलक र सहभागितामूलक कार्यक्रम हो, जसले मानव अधिकारको अवधारणालाई समुदायको दैनन्दिन जीवनसँग जोड्ने प्रयत्न गर्नेछ।

Human Rights Run 2025 को निम्न कुराहरू प्रतिकात्मक विशेषता हुनेछः

- समानता, सहभागिता र मर्यादालाई दौडको प्रत्येक पाइलामा अनुभव गराउने,
- उत्साह, खेलकुद र सामाजिक जागरणमार्फत मानव अधिकार अभियानमा सबैको पहुँच र नेतृत्वलाई प्रोत्साहन गर्ने,
- मानव अधिकार प्रती साझा ऐक्यवद्धता जनाउदै मानव अधिकारको प्रवर्धन गर्ने,
- स्वास्थ्य र मानव अधिकार अभियानलाई दौड मार्फत समुदायमा स्वास्थ्य, एकता र सकारात्मक सामाजिक ऊर्जा फैलाउने र स्वास्थ्यको महत्व दर्शाउने।

६. Human Rights Run 2025 को रूट

Contact Information

Organizing Committee: National Human Rights Commission, Koshi province office.

Address: Biratnagar, Morang

Email: nhrc@nhrcnepal.org

Phone: 9741762269

Contact Person: Yamraj Angdembe, Human Rights Officer.

"तपाईंको सहभागीता र सहयोगले मानवअधिकारको सचेतना, ऐक्यबद्धता र प्रवर्द्धन गर्न प्रत्यक्ष रूपमा योगदान गर्नेछ।"

"जीवन, मर्यादा, समानता र स्वतन्त्रताको अधिकार: दिगो शान्ति र संवृद्धिको आधार"

"Human Rights, Our Everyday Essentials"

७७ औं अन्तर्राष्ट्रिय मानव अधिकार दिवस

5K HUMAN RIGHTS RUN 2025

निःशुल्क दर्ता

REGISTER HERE

२०८२ मंसिर २४ गते

विहान ०६:३० बजे

koshi.nhrcnepal.org

विराटनगर

९७४१७६२२६९, ९८४२१२३३१६

आयोजक:

राष्ट्रिय मानव अधिकार आयोग

कोशी प्रदेश कार्यालय, विराटनगर